



UADY

UNIVERSIDAD
AUTÓNOMA
DE YUCATÁN

"Luz, Ciencia y Verdad"



DIRECCIÓN GENERAL DE
VINCULACIÓN UNIVERSITARIA

Convocatoria periodo

Marzo - junio 2024

Objetivo

Fomentar la participación de las personas adultas mayores en actividades académicas que contribuyan al desarrollo humano y a su calidad de vida, mediante la generación de una oferta educativa enfocada a este sector de la población.

Características de los talleres

Periodo: 11 de marzo al 12 de junio de 2024

Duración: de 20 a 30 horas, según el taller.

Sesiones: una vez a la semana, con **duración** de 2 a 3 horas, según el taller.

Modalidad: virtual y presencial



Constancia

Se entregará al participante que cubra como mínimo el **80%** de sus asistencias a cada taller inscrito.

Requisitos para participar en los talleres

- Tener al menos 55 años
- Copia de identificación vigente (Pasaporte o INE)
- Contar con correo electrónico
- Tener un dispositivo electrónico (laptop, Tableta, computadora de escritorio, teléfono con acceso a internet)
- Realizar el pago de la cuota de recuperación en cualquiera de las siguientes modalidades:
 - Depósito en ventanilla bancaria
 - Transferencia electrónica



Banco: **Santander**

Nombre de la cuenta: **Universidad Autónoma de Yucatán**

Cuenta: **65-50974434-2**

CLABE: **014910655097443428**

Concepto: **Universidad de los Mayores**

Cuota de recuperación por taller \$450



Inscripciones:

del 7 de febrero al 8 de marzo

Inscripción en línea

1. Ingresa a la liga www.saum.uady.mx/estudiante
2. Llena el formulario de registro,
3. Elige el taller de tu interés
4. Adjunta tus documentos:
 - Ficha de pago o recibo de transferencia
 - Foto de rostro actualizada (Solo para nuevo ingreso)
 - Identificación oficial
5. Revisa tu correo electrónico para verificar la confirmación del registro a los talleres.
6. Espera la validación de los documentos para concluir con el proceso de inscripción.

Inscripción presencial

1. Acude a las oficinas del programa ubicadas en la calle 20 (Antigua carretera a Chuburná) s/n x 33 y 35 Col. Chuburná (Ex-Facultad de Contaduría y Administración), de lunes a viernes en el horario de 8am a 2pm.
2. Presenta con la siguiente documentación:
 - Ficha de pago o recibo de transferencia (también puedes realizar el pago en efectivo)
 - Credencial vigente del servicio médico de la UADY.
 - Identificación oficial
3. Revisa tu correo electrónico para verificar la confirmación de tu inscripción al programa

Para más información comunicarte:

Correo electrónico:

universidadmayores@correo.uady.mx

Teléfono: 999 7481 700 y 999 1549 969

Redes sociales:

Facebook. - Universidad de los Mayores-UM

Instagram. - Um_18

• NOTAS:

- En caso de algún error, enviar un correo a universidadmayores@correo.uady.mx en el que notifique el error para su corrección.
- Los empleados en ejercicio, jubilados y derechohabientes de la UADY estarán exentos de la cuota de recuperación adjuntando copia de su credencial UADY.
- La cuota de recuperación no incluye ningún insumo o material requerido para los talleres, el gasto correrá a cargo del participante.
- En caso de no abrirse el taller ofertado, el participante podrá integrarse a otro taller o podrá solicitar el reembolso de la cuota de recuperación por medio de un oficio (formato) proporcionado por el Programa UM-UADY

Lunes

TALLER	OBJETIVO	HORA	MODALIDAD	CUPO	INSTRUCTOR (A)
Escritura de cuento literario	El participante utilizará, de manera correcta, los elementos teóricos y prácticos estudiados para escribir un cuento literario, con la finalidad de ampliar su acervo cultural y mejorar sus habilidades de comunicación escrita.	10:00 a 12:30 H	Presencial C-20 S/N x 33 y 35 Col. Chuburná	25	Lic. Raúl Alberto Carcaño Loeza
Dibujo - Nivel 1	Comprender las concepciones elementales del dibujo, desarrollará las técnicas básicas a partir de la realización de ejercicios	9:00 a 11:00 H	Presencial Fac. de Arquitectura	12	L.A.V. Nayeli Ayde Martínez Sánchez
Dibujo - Nivel 2	Comprenderá las concepciones elementales del dibujo, dominará y continuará desarrollando las técnicas básicas a partir de la realización de ejercicios prácticos, promoviendo su habilidad técnica y creativa por medio la creación de sus propios dibujos, teniendo como objetivo la presentación de obras que demuestren el dominio de encaje, proporción, volumen y perspectiva.	11:30 a 13:30 H	Presencial Fac. de Arquitectura	12	L.A.V. Nayeli Ayde Martínez Sánchez
Uso de dispositivos inteligentes para adultos mayores	El participante utilizará los dispositivos inteligentes (Echo dot y Nest Mini) con base a los fundamentos básicos de Internet de las cosas para mejorar y facilitar su vida cotidiana.	16:30 a 18:30	Presencial Fac. de Matemáticas	20	L.I. Edwin Andrés Dzúl Rejón

Martes

TALLER	OBJETIVO	HORA	MODALIDAD	CUPO	INSTRUCTOR (A)
Pintura - Nivel 1	El alumno habrá desarrollado las bases de las técnicas en acrílico y/o acuarela a partir de la experimentación directa sobre el lienzo, por medio de la experimentación con los diferentes pigmentos a través de la creación de sus propias obras artísticas.	8:00 a 10:00 H	Presencial Fac. de Arquitectura	12	L.A.V. Nayeli Ayde Martínez Sánchez
Pintura - Nivel 2	Desarrollar el dominio de las técnicas en acrílico y/o acuarela a partir de la experimentación directa sobre el lienzo, por medio de la experimentación con los diferentes pigmentos a través de la creación de sus propias obras artísticas.	10:00 a 12:00 H	Presencial Fac. de Arquitectura	12	L.A.V. Nayeli Ayde Martínez Sánchez
Guitarra III	El alumno ejecutará todos los acordes mayores y menores principales. Conocerá diferentes ritmos o formas de rasgueo y será capaz de interpretar al menos una canción del repertorio de boleros y tríos clásicos, y una canción de corte clásico.	17:00 a 19:00 H	Presencial C-19 No.215 x 30 y 69 Col. Miraflores	15	Lissie Lara Novelo
Solfeo para principiantes II	El alumno identificará los distintos símbolos básicos utilizados en una partitura musical. Interpretará con la voz o con la guitarra una pieza musical de dificultad intermedia mediante la lectura de una partitura.	19:00 a 21:00 H	Presencial C-19 No.215 x 30 y 69 Col. Miraflores	15	Lissie Lara Novelo

Miércoles

TALLER	OBJETIVO	HORA	MODALIDAD	CUPO	INSTRUCTOR (A)
Yoga para tu Bienestar III	El participante identificará los ejercicios de flexibilidad y relajamiento para aplicar en sí mismo y vivir con salud física, emocional y mental	9:00 a 11:00 H	Presencial Casa Amrit	15	Amrit Alma Delia Flores Pérez
Salud Bucal	El participante desarrollará habilidades para ejercer de manera autónoma, una mejor higiene dental y prevenir enfermedades orales, reconociendo la importancia de la salud bucal y el impacto que esta tiene en su calidad de vida.	9:00 a 11:00 H	Presencial Fac. de Odontología	20	C.D.E.P Jose Carlos Jiménez Coello C.D.E.P Mitzi Vianney Alvarez Garma
Psicología Positiva	Aprenderá a las nociones básicas de la psicología positiva; comprenderá y pondrá en práctica procesos que le ayuden a mejorar en aspectos como la creatividad, el bienestar psicológico, relaciones interpersonales y conocimiento de sí mismo.	10:00 a 12:00 H	Presencial Fac. de Arquitectura	20	Ricardo Javier Martínez Sánchez
Guitarra VIII	Ejecutará distintos acordes compuestos, conocerá diferentes ritmos o formas de rasgueo y será capaz de interpretar al menos una canción del repertorio de boleros y tríos clásicos, una canción de corte latino (salsa, cha cha cha, son, etc.) y una pieza de música clásica como parte de un ensamble de guitarras.	17:00 a 19:00 H	Presencial C-19 No.215 x 30 y 69 Col. Miraflores	15	Lissie Lara Novelo
Solfeo VI	Identificar los distintos símbolos utilizados para escribir una partitura musical de nivel intermedio-avanzado. Interpretará con la voz y con la guitarra dos piezas musicales mediante la lectura de una partitura.	19:00 a 21:00 H	Presencial C-19 No.215 x 30 y 69 Col. Miraflores	15	Lissie Lara Novelo
Alimentación Correcta y Ejercicio físico (Fitness Acuático) en el Adulto Mayor Grupo A	Desarrollará habilidades para una adecuada coordinación, flexibilidad y resistencia física, mediante ejercicios en el agua que influyan positivamente en la constitución corporal, vida saludable, prevención de enfermedades, la autoestima y el auto concepto	11:00 a 13:00 H	Presencial Fac. de Medicina	30	Dra. María Luisa Ávila Lic. María Elena Huesca Dahlhaus

Jueves

TALLER	OBJETIVO	HORA	MODALIDAD	CUPO	INSTRUCTOR (A)
Meditación Paz y Armonía III	Identificar el cómo los pensamientos influyen en las emociones y el cómo la respiración puede modificarlos, creando patrones nuevos de pensamientos que le permiten gozar de paz y armonía mental y emocional	9:00 a 11:00 H	Presencial Casa Amrit	10	Amrit Alma Delia Flores Pérez
Taller de Elaboración de Conservas	Aplicar los principios básicos de la Tecnología de los Alimentos para elaborar diversos productos de conserva con valor agregado.	9:00 a 12:00 H	Presencial Fac. de Ingeniería Química	10	Mtra. Janice Azucena Chuc Koyoc
Uso de los servicios de Google en mi smartphone.	Conocer la importancia de los servicios de Google que se ofrecen de manera gratuita en su smartphone a partir del uso y manejo de este.	9:00 a 10:30 H	Híbrido MEET C-20 S/N x 33 y 35 Col. Chuburná	25	Mtro. Mario Eduardo Castillo Medina
Cine Mexicano Contemporáneo	El alumno experimentará distintos trabajos cinematográficos seleccionados para el desarrollo de sus capacidades de apreciación e interpretación cinematográfica, basado en el trabajo de cineastas cuyas cintas se hayan estrenado en los últimos 25 años y hayan tenido un impacto significativo en la industria internacional.	10:00 a 12:00 H	Virtual TEAMS	20	Ricardo Javier Martínez Sánchez
Mi cuerpo cambia y mis cuidados también	Establecer los cuidados de su cuerpo de forma autónoma propios de los cambios fisiológicos y psicológicos de la persona adulta mayor y con ello favorecer el autocuidado y mejorar la calidad de vida.	10:30 a 12:30 H	Virtual TEAMS	20	Dra. Janet Carolina Negrón Espadas.
Conociendo las características y funciones de un smartphone	Conocer la importancia, características y funciones de su smartphone a partir del uso y manejo de este.	10:45 a 12:15 H	Híbrido MEET C-20 S/N x 33 y 35 Col. Chuburná	25	Mtro. Mario Eduardo Castillo Medina
Computación Intermedia	El participante utilizará y trabajará con las herramientas computacionales de tipo intermedio con el fin de procesar y manejar información mejorando sus habilidades tecnológicas en la computadora	15:00 a 17:00 H	Presencial Fac. de Matemáticas	20	L.I. Edwin Andrés Dzul Rejón

Viernes

TALLER	OBJETIVO	HORA	MODALIDAD	CUPO	INSTRUCTOR (A)
Aprendiendo a utilizar Facebook desde cero	Reflexionar acerca de la importancia del uso del Facebook como una red social de comunicación a través del uso de esta	9:30 a 11:30 H	Híbrido MEET C-20 S/N x 33 y 35 Col. Chuburná	25	Mtro. Mario Eduardo Castillo Medina
Postres saludables	Desarrollar la habilidad de elaborar postres reducidos en azúcares y grasas que contribuyan a una alimentación saludable.	10:00 a 14:00 H	Presencial Fac. de Medicina	15	Mtra. María del Rosario Barradas Castillo
Alimentación Correcta y Ejercicio físico (Fitness Acuático) en el Adulto Mayor Grupo B	Desarrollará habilidades para una adecuada coordinación, flexibilidad y resistencia física, mediante ejercicios en el agua que influyan positivamente en la constitución corporal, vida saludable, prevención de enfermedades, la autoestima y el auto concepto	11:00 a 13:00 H	Presencial Fac de Medicina	30	Dra. María Luisa Ávila Lic. María Elena Huesca Dahlhaus
Habilidades digitales para el uso de WhatsApp	Reflexionar acerca de la importancia de WhatsApp a partir del conocimiento en el manejo de la aplicación y de sus funciones.	11:35 a 13:35 H	Híbrido MEET C-20 S/N x 33 y 35 Col. Chuburná	25	Mtro. Mario Eduardo Castillo Medina